

PENGARUH SENAM VITALISASI OTAK TERHADAP
MEMORI JANGKA PENDEK ANAK USIA 8-12 TAHUN



Skripsi Disusun Untuk Memenuhi Persyaratan Dalam Mendapatkan Gelar Sarjana
Fisioterapi

Disusun Oleh :

AYU RIZKI PRABANINGTYAS
J120110066

PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2016

HALAMAN PRASYARATAN GELAR

**PENGARUH SENAM VITALISASI OTAK TERHADAP MEMORI
JANGKA PENDEK ANAK USIA 8-12 TAHUN**

Skripsi Ini Dibuat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Fisioterapi Dalam Program
S1 Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Diajukan Oleh:

Hari : Kamis

Tanggal : 28 Januari 2016

AYU RIZKI PRABANINGTYAS

J 120.110.066

PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2016

PERSETUJUAN

**PENGARUH SENAM VITALISASI OTAK TERHADAP MEMORI
JANGKA PENDEK ANAK USIA 8-12 TAHUN**

Skripsi Ini Telah Disetujui Untuk Dipertahankan Dalam Sidang Skripsi

Program Studi S1 Fisioterapi

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Diajukan Oleh :

Nama : AYU RIZKI PRABANINGTYAS

NIM : J 120.110.066

Telah Disetujui Oleh :

Pembimbing I

A stylized blue ink signature of Totok Budi Santoso.

Totok Budi Santoso, S.Fis.MPH

Pembimbing II

A stylized blue ink signature of Wahyuni.

Wahyuni, S.KM., S.Fis, M.Kes

PENGESAHAN

PENGARUH SENAM VITALISASI OTAK TERHADAP MEMORI JANGKA PENDEK ANAK USIA 8-12 TAHUN

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Ayu Rizki Prabaningtyas
J 120 110 066

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal : 28 januari 2016

Dan dinyatakan telah memenuhi syarat.

1. Totok Budi Santoso, S.Fis., M.PH
2. AgusWidodo, S.Fis., M.Fis
3. Yulisna Mutia Sari, SST.Ft., M.Sc (GRS)

()
()
()

Surakarta

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Dekan



Suwaji, M.Kes

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ayu Rizki Prabaningtyas

NIM : J 120 110 066

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Jurusan : S1 Fisioterapi

Judul Skripsi : Pengaruh Senam Vitalisasi Otak Terhadap Memori Jangka
Pendek Anak Usia 8-12 Tahun

Menyatakan bahwa skripsi tersebut adalah karya saya sendiri dan bukan karya orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya. Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Surakarta, 28 Januari 2016

Peneliti,



Ayu Rizki Prabaningtyas

MOTTO

- Jika berhasil jangan bangga, jika kalah jangan mengeluh – Samuel Chadwick
- Keberhasilan adalah kemampuan untuk melewati dan mengatasi dari satu kegagalan ke kegagalan berikutnya tanpa kehilangan semangat – Winston Churchill
- Kebanggaan kita yang terbesar adalah bukan pernah gagal, tetapi bangkit kembali seetiap kali kita jatuh - Confucius

Halaman persembahan

Puji syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya yang telah memberikan kekuatan, kesehatan, dan kesabaran untuk saya dalam mengerjakan skripsi ini

Aku persembahkan karya tulis ini untuk kedua orang tuaku RETNO WALI SUPROBO dan Alm. SRI RESPATI RAHAYU yang berkenan memenuhi kebutuhanku hingga saat ini dengan penuh dukungan dan nasehat dan terus memotivasi, terima kasih.

Terima kasih tak terhingga untuk dosen-dosenku, terutama pembimbingku yang tak pernah lelah dan sabar memberikan bimbingan dan arahnya serta tim penguji yang berkenan mengoreksi untuk penyempurnaan skripsi ini.

Terima kasih untuk teman-teman Fisioterapi Angkatan 2011 untuk waktu dan kebersamaan yang kita lalui bersama selama ini, Sukses untuk kita semua. Salam FISIOTERAPI!!!

KATA PENGANTAR

Bismillairrahmanirrahiim

Alhamdulillah, segala puji syukur penulis panjatkan atas rahmat dan nikmat Allah SWT sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul ***“Pengaruh Senam Vitalisasi Otak Terhadap Memori Jangka Pendek Anak Usia 8-12 Tahun”***.

Penulisan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi syarat kelulusan Program Pendidikan Sarjana Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata kesempurnaan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini.

Selesaiannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, sehingga penulis dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa hormat mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Bambang Setiadji, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Bapak DR. H. Suwaji Suryanata S.KM, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan.
3. Ibu Isnaini Herawati S.Fis., M.Sc, selaku Kepala Program Studi Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
4. Bapak Totok Budi Santoso, S.Fis., MPH, selaku dosen pembimbing I.
5. Ibu Wahyuni, S.KM., S.Fis, M.Kes, selaku dosen pembimbing II.

6. Ibu Dwi Rosella Komalasari, S.FT., M.Fis dan Bapak Agus Widodo, S.Fis., M.Fis, selaku penguji I dan II
7. Segenap dosen-dosen pengajar di Fakultas Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan ilmunya kepada penulis.
8. Orang tua ku Bapak Retno Wali Suprobo dan Alm Ibu Sri Respati Rahayu yang selalu mendukung, membimbing dan memberikan semangat serta doa, cinta dan kasih sayang yang tiada hentinya.
9. Sahabat-sahabat saya yang sudah membantu tury, tri, lucky, hani, lyla, ardy, prili, anis, nita,ika dan semua sahabat yang tak bisa ku sebutkan satu-persatu terimakasih untuk kalian semua.
10. Teman-teman Fisioterapi kelas B saya juga banyak ucapkan terimakasih.
11. Teman-teman seperjuangan di S1 Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta angkatan 2011.
12. Semua pihak yang telah banyak membantu penulis dan tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Akhir kata penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dan penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca.

Surakarta, 28 januari 2016

Penulis

Ayu Rizki Prabaningtyas

ABSTRAK

PROGRAM STUDI SARJANA FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
SKRIPSI, 2016

AYU RIZKI PRABANINGTYAS

“PENGARUH SENAM VITALISASI OTAK TERHADAP MEMORI JANGKA
PENDEK ANAK USIA 8-12 TAHUN”

V BAB, 40 Halaman

(Dibimbing oleh : Totok Budi Santoso, S.Fis.,MPH dan Wahyuni, S.KM., S.Fis,
M.Kes)

Latar belakang : Memori jangka pendek memiliki peran penting dalam pikiran sadar. Jika secara sadar kita memecahkan suatu masalah. Kita sering menggunakan memori jangka pendek sebagai penyimpanan bagian-bagian masalah serta informasi yang diambil dari memori jangka panjang yang relevan dengan masalah. Pada usia 8-12 tahun ingatan anak akan menjadi sangat kuat. Mereka akan suka belajar mengingat. Anak mengalami masa belajar. Pada masa belajar ini anak akan menambah pengetahuannya, menambah kemampuannya, hingga mencapai kebiasaan yang baik.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian senam vitalisasi otak terhadap memori jangka pendek anak usia 8-12 tahun.

Metode penelitian : penelitian ini dilaksanakan melalui pendekatan kuantitatif dengan metode *Quasi Experimental Design pre and post with control group design*. Populasi penelitian ini adalah SD N Plesan 1 dan SD N Nguter 2, populasi berjumlah 100 anak dengan jumlah sampel kelompok perlakuan 50 anak dan kelompok kontrol 50 anak.

Hasil : Hasil nilai uji *wilcoxon test* mendapatkan nilai $< 0,05$ dimana kelompok perlakuan memiliki nilai signifikan memori jangka pendek 0,000 yang berarti terdapat pengaruh positif memori jangka pendek pre dan post terhadap peningkatan memori jangka pendek.

Kesimpulan : Ada pengaruh senam vitalisasi otak terhadap memori jangka pendek anak.

Kata kunci : senam vitalisasi otak, memori jangka pendek, anak usia 8-12 tahun

ABSTRACT

BACHELOR DEGREE OF PHYSIOTHERAPY

MEDICAL FACULTY

MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA

RESEARCH PAPER, 2016

AYU RIZKI PRABANINGTYAS

**“THE INFLUENCE OF BRAIN VITALIZATION GYMNASTIC TOWARDS
SHORT TERM MEMORY AMONG THE CHILDREN 8-12 YEARS OLD”**

V CHAPTERS, 40 PAGES

(Consultants : Budi Santoso, S.Fis.,MPH dan Wahyuni, S.KM., S.Fis, M.Kes)

Background : short term memory has got important role in conscious mind. If in conscious condition we solve problem. We often use this short term memory as a storage of problems and information taken from the long term memory which are relevant with the problem. The children 8-12 years old have got the strong memory about everything. They like studying to remind everything. They are in the period of learning. In this learning period children is adding knowledge, skills and to accustom good habits.

Objectives : this research is aimed to comprehend the influence of brain vitalization gymnastic towards short term memory among children 8-12 years old.

Research method : this research is held with quantitative method with quasi experimental design pre and post with control group design. The population in this research is the students of SD N Plesan 1 and SD N Nguter 2, the number of population is 100 students with 50 students of group treatments and 50 students of group control.

Results : the result of wilcoxon test shows $< 0,005$ where the group treatment has got significant score of short term memory 0,000 showing there is a positive effect of short term memory pre and post toward the short term memory.

Keywords : brain vitalization gymnastic, short term memory, children 8-12 years old.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERSYARATAN GELAR	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
<i>ABSTRACT</i>	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II LANDASAN TEORI	6
A. Kerangka Teori.....	6
1. Tahap Perkembangan Kognitif	6
2. Memori Jangka Pendek	9
3. Senam vitalisasi otak.....	14
B. Kerangka Berpikir	19
C. Kerangka Konsep	20
D. Hipotesa	20
BAB III METODE PENELITIAN	21

A. Jenis Penelitian	21
B. Tempat dan Waktu Penelitian	22
C. Populasi dan Sampel.....	22
D. Identifikasi Variabel	23
E. Defenisi Konseptual dan Definisi Operasional	24
F. Teknik Pengumpulan Data	26
G. Instrumen Penelitian	26
H. Teknik Analisis Data	28
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	30
A. Gambaran Umum	30
1. Karakteristik Responden	31
B. Analisis Data	33
1. Uji normalitas data.....	33
2. Uji pengaruh	33
C. Pembahasan.....	36
D. Keterbatasan Penelitian.....	39
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	40
A. Kesimpulan	40
B. Saran	40
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Pikir.....	19
Gambar 2.2. Kerangka Konsep	20
Gambar 3.3. Rancangan Penelitian.....	21

DAFTAR TABEL

Table 4.1. distribusi responden berdasarkan umur pada murid SDN Plesan 1.....	31
Table 4.2. distribusi responden berdasarkan umur pada murid SD N Nguter 2.....	31
Table 4.3. distribusi responden berdasarkan jenis kelamin pada SDN Plesan 1.....	32
Table 4.4. distribusi responden berdasarkan jenis kelamin pada SDN Nguter 2.....	32
Table 4.5. uji normalitas data pada kelompok perlakuan	33
Table 4.6. uji normalitas data pada kelompok kontrol.....	33
Tabel 4.7. Uji beda <i>pretest</i> kelompok perlakuan dan <i>pretest</i> kelompok kontrol.....	34
Tabel 4.8. Uji beda <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> pada kelompok perlakuan	34
Tabel 4.9. Uji beda <i>pre test</i> dan <i>post test</i> pada kelompok kontrol	35
Table 4.10. Uji Beda Pengaruh antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.....	35

DAFTAR LAMPIRAN

1. Data penelitian
2. Senam vitalisasi otak
3. Digit span form
4. Dokumentasi penelitian